

ব্রহ্মচর্য

ব্রহ্মচর্য হলো শাস্ত্র অনুশাসন, যার দুটি প্রধান অর্থ রয়েছে:

প্রথমত:---এটি ধর্মের চারটি আশ্রম বা জীবনের পর্যাযক্রমের প্রথম ধাপ, যা সাধারণত 12 থেকে 24 বছর বয়স পর্যন্ত শিক্ষাজীবনের জন্য নির্ধারিত।

দ্বিতীয়ত:---এটি একটি জীবনধারা যা যৌন সংযম বা সম্পূর্ণভাবে যৌনতা থেকে বরিত থাকা এবং শরীর ও মনকে নিয়ন্ত্রণের মাধ্যমে আধ্যাত্মিক উন্নতির উপর জোর দেয়। এই জীবনধারা পালনকারী ব্যক্তিকে 'ব্রহ্মচারী' বলা হয়। নারীদের ক্ষেত্রে এই জীবনধারা পালনকারীকে 'ব্রহ্মচারিণী' বলা হয়।

কশৌরীর শেষে এবং যৌবনের শুরুর সময়, 22 হইতে 24 বছর ছলে-মেয়েদের জন্য বিপজ্জনক। এই সময়ে স্বমহেন বা সমমহেনের কুফল সম্পর্কে ধারণা না থাকায় সাময়িক সুখে মোহিত হইয়া অস্বাভাবিক উপায়ে রতেঃ পাত করিলে, বীর্যবাহী স্নায়ু মন্ডলী, বীর্যধারণকারী পেশীগুলি, বস্তুপ্রদর্শনের জীবনীশক্তি রক্ষক গ্রন্থিগুলি এত দুর্বল হইয়া পরে যে বীর্যধারণ শক্তিক্ষীণ হয় কথিবা সম্পূর্ণ নষ্ট হয় যেতে পারে। ফলে জীবনীশক্তি দহে রক্ষায় সহায়তা করিতে পারেনা। দহে মানসিক ও আধ্যাত্মিক উন্নতির পথে বাধা অকালে মৃত্যুর দিকে ধাবিত হয়। এজন্য এই বয়সে ছলেমেয়েদের এসব বিষয়ে ধারণা দেওয়া প্রয়োজন। এর অপকারিতা সম্পর্কে ধারণা পলে সাথে সাথেই তারা ত্যাগ করে।

আমাদের দহেরে সমস্ত গ্রন্থির ক্ষতি রসকে শুক্র বলা হয়। রাসনিকদের মতে, ক্যালসিয়াম, ফসফরাস, পটাসিয়াম, সোডিয়াম, ম্যাগনেশিয়াম, গন্ধক, লোহা প্রভৃতি দহেরে যাবতীয় উপাদান এই শুক্রের ভিতরে রয়ছে। রাসনিকদের মতে শুক্র শুধু পতিগ্রন্থি বা অণ্ডগ্রন্থির নয়, উহার ভিতরে সমুদয় গ্রন্থির, দহে পুষ্টির সমুদয় উপাদান বিদ্যমান রয়ছে।

আবার শাস্ত্রে বলা হয়, 'বীর্যধারণম্ ব্রহ্মচর্যম্' অর্থাৎ বীর্যধারণই ব্রহ্মচর্য। মানব শরীর সপ্তধাতুতে গঠিত। যথা রস, রক্ত, মাংস, মদে, অস্থি, মজ্জা ও শুক্র। এই সপ্ত ধাতুর মধ্যে শুক্র বা বীর্যই প্রধান বা সকল ধাতুর সার।

আমরা যাহা আহা করি তাহা পরপাক হইয়া রসে পরিণত হয়; ঐ রস পরপাক হইয়া রক্তে পরিণত হয়; রক্ত থেকে মাংস, মাংস থেকে মদে, মদে থেকে অস্থিতে, অস্থি থেকে মজ্জা এবং সর্বশেষে মজ্জা থেকে শুক্রে পরিণত হয়। আমাদের ভুক্তদ্রব্য ক্রমান্বয়ে পরপাক হইয়া বীর্যে পরিণত হইতে যোগের ভাষায় একমাসের অধিক অর্থাৎ পয়ত্রিশ দিন সময় লাগে। যে ব্যক্তি পাঁচ সপ্তাহ মধ্যে বীর্যক্ষয় করেনা তাহার অর্দ্ধরসের পরিমিত রক্তে একবিন্দু বিশুদ্ধ বীর্য উৎপন্ন হয়। একবিন্দু বীর্য রাশি রাশি অন্তর্ভুক্তি ভোজন উৎপন্ন হয়। এই বীর্যই জীবের জীবনীশক্তি, প্রাণের অবলম্বন। স্বমহেনের ফলে যে শুক্র নষ্ট হয়, উহাতে গ্রন্থির ও দহেরে পুষ্টির উপাদান নহি থাকে। এই জন্য অল্প বয়সে এই শুক্র নষ্ট করলে সমগ্র দহে ক্ষতিগ্রস্ত হয়, সমস্ত অঙ্গে পুষ্টি ও মন-বুদ্ধির যথোচিত পরিণতি বাধাগ্রস্ত হয়।

যনি ব্রহ্মচর্য রক্ষা করেন তিনি ব্রহ্মচারি ব্রহ্মচারীই মর্ত্যের দেবতা, ভূ-দেবতা। মনুষ্যজীবনের শারীরিক, মানসিক ও আধ্যাত্মিক উন্নতির মূল উৎসকেই বলা

হয় ব্রহ্মচর্য্য।

আহার, নদ্রিরা, ভয় ও মথুন এই চার প্রকার পাশবিক বৃত্তিদিব্বারাই মানুষ পরচালিত হয়। এই পশুভাব অবস্থতিমানুষেরে নয়তিনিয়, মানুষকে পশুর স্তর অতিক্রম করে আরও উর্ধ্ববে উঠাই মানবজীবনের লক্ষ্য। এই লক্ষ্যে পট্টাইবার জন্য প্রধান সাধনাই শারীরিক ব্রহ্মচর্য্য, মানসিক ব্রহ্মচর্য্য এবং আধ্যাত্মিক ব্রহ্মচর্য্য। দহে যদি সুস্থ-সবল থাকে, মন যদি ষড়্রপির প্রভাব হইতে মুক্ত হইয়া স্থির, শান্ত ও একাগ্র হয়, তাহা হইলে ভাগবত-চতেনার মাঝে, অমৃত-চতেনার মাঝে অবগাহন সাধকের পক্ষে, ব্রহ্মচারীর পক্ষে সহজসাধ্য হইয়া উঠে।

কোন তপস্যা ব্রহ্মচর্য্যেরে সমান নয়, ব্রহ্মচর্য্যই শ্রেষ্ঠ তপস্যা। শূক্রের অধঃস্রোত নবিরতি হইয়া শূক্র যখন উর্ধ্বগামী হয়, প্রচুর শূক্র যখন মস্তসিকে গমন করবার সুযোগ পায়, তখন উহার প্রভাবে আত্মানুভবের সহায়কারী, ভগবান লাভেরে সাহায্যকারী মস্তস্করে সর্বোচ্চস্থানের গ্রন্থিগুলি, তন্ত্রশাস্ত্রেরে ভাষায় অধোগামী চক্র বা পদ্মগুলি উর্ধ্বমুখী হয়, প্রস্ফুটি হয়, সক্রিয় হইয়া উঠে। এই গ্রন্থি বা চক্রগুলি সক্রিয় হইয়া উঠিলে, মানুষ দবেভাবে ভাবতি হয়; মানুষ দবেত্ব লাভ করে, জীবন্মুক্ত অবস্থা লাভ করে। যিনি উর্ধ্ববর্তো তিনি মানুষ নন, দবেতা।

ব্রহ্মচর্য্য তিন প্রকার। যথাঃ শারীরিক, মানসিক ও আধ্যাত্মিক ব্রহ্মচর্য্য।

1. শারীরিক ব্রহ্মচর্য্যঃ “বীর্য্যধারণং ব্রহ্মচর্য্যম্” অর্থাৎ বীর্য্য ধারণেরে নামই ব্রহ্মচর্য্য। ছলেদেরে পচশি আর ময়েদেরে বশি বছরেরে পূর্বে, অস্বাভাবিক বা স্বাভাবিক উপায়ে ইচ্ছাকৃত শূক্রব্যয় না করার নাম শারীরিক ব্রহ্মচর্য্য।

2. মানসিক ব্রহ্মচর্য্যঃ কাম জয়, ইন্দ্রিয়জয়ই শ্রেষ্ঠ সাধনা। ছাত্রাবস্থায় এই সাধনার প্রতি বিশেষ দৃষ্টি রাখবি। প্রথম যৌবনে বা অববাহতি জীবনে স্বাভাবিক সহবাসেরে প্রতি মনেরে লোলুপতা জাগে, উহাও প্রতিরোধ করার সাধনার নাম মানসিক ব্রহ্মচর্য্য। এই মানসিক সাধনায় সদ্দিলিভ করতি পারলে, দহেস্থ শূক্র উর্ধ্বগামী হইয়া মস্তসিক গঠন করবি। দহে, মন উভয়ই তখন বলষ্টি ও বীর্য্যবান হইয়া উঠবি। অলসতা, কাপুরুষতা, ভয় প্রভৃতি তামসিক বৃত্তি মন হইতে দূর হইবে। মহাকর্ম্মী, মহাজ্ঞানী হওয়ার প্ররেকা তখন অন্তরে অনুভব করবি।

3. আধ্যাত্মিক ব্রহ্মচর্য্যঃ ব্রহ্মবচারণা অর্থাৎ ভগবানেরে সন্ধান করা, ভগবানকে অনুভব করা, ভগবানেরে সৃষ্টির গুঢ় রহস্য অনুধাবন করা। অর্থাৎ দহে ও বাইরে সর্ব জড় ও জীবেরে মধ্যে ব্রহ্মেরে অস্তিত্ব অনুভব করাই আধ্যাত্মিক ব্রহ্মচর্য্য।

ব্রহ্মচর্য্য আশ্রমঃ----

জীবনের চারটি আশ্রমেরে প্রথমটি, যা গার্হস্থ্য আশ্রমেরে আগে আসে।

এই পর্যায়ে শিক্ষার্থীরা সাধারণত গুরুকুলে বসবাস করে এবং গুরুরে কাছ থেকে বদে, উপনষিদ, জ্যোতিষশাস্ত্র ও ধর্ম্মীয় অনুশাসন ইত্যাদি বিষয়ে শিক্ষা লাভ করে।

ব্রহ্মচর্য্য পালনঃ----

এর মূল অর্থ হলো 'ব্রহ্মেরে সাথে সামঞ্জস্যপূর্ণ আচরণ' বা 'ব্রহ্মেরে পথে চলা'। এটি একটি আধ্যাত্মিক জীবনধারা যা ইচ্ছাকৃত কটামার্য্য বা যৌন সংযমেরে মাধ্যমে পালতি হয়।

এই জীবনধারা পালনেরে মাধ্যমে আধ্যাত্মিক উন্নতি এবং শারীরিক ও মানসিক শক্তি বৃদ্ধি করা যায় বলে বশ্বাস করা হয়।

ছলেমেয়েদেরে ববাহরের উপযুক্ত সময় কখন?

এইজন্য ছলেদেরে 24-30 বছরে আর ময়েদেরে 21-24 বছরে শূক্র পরপিক্ক হয়।

এই বয়সে ছলেমেয়েদের দহেগঠন ও দহে পুষ্টিও মোটামুটি সম্পূর্ণ হয়। তাই ববিহরে উপযুক্ত সময়।

যে কুমার এবং যে কুমারী দীর্ঘকালরে ব্রহ্মচর্যরে দ্বারা অঙ্গ এবং উপাঙ্গরে সহতি বদেকে পড়ে, নজিরে প্রসন্নতা পূর্বক স্বয়ম্বর ববিহ করে ঐশ্বর্যলাভরে জন্য প্রয়াস করে এবং ধর্মচরণরে দ্বারা ব্যভিচার ত্যাগপূর্বক উত্তম সন্তান উৎপন্ন করে পরোপকারে প্রবৃত্ত হবো, সে ইহলোক এবং পরলোকে সুখ লাভ করবো, অন্য মূর্খ তা পাবনো ।...[যজুর্বদে ভাবার্থ ১২.৫৬]

ধর্মপূর্বক আচরণকৃত ব্রহ্মচর্যরে দ্বারা পূর্ণ বদ্বিষা প্রাপ্ত করে, স্বয়ং ধার্মিক হয়ে পূর্ণ যুবাবস্থা প্রাপ্ত হওয়ার পর, কন্যাকে পুরুষ আর পুরুষকে কন্যা পরীক্ষা করে, অত্যন্ত প্রেমের কারণে আকৃষ্ট হৃদয়যুক্ত হয়ে, নজিরে ইচ্ছানুসারে ববিহ করে, ধর্মরে দ্বারা সন্তান উৎপন্ন করে আর সবোর দ্বারা মাতাপিতাকে সন্তুষ্ট করে আপ্ত বদ্বিবানদরে পথ নরিন্তর অনুসরণ করবো । যতাবো সরল ধর্ম-মার্গরে স্থাপনা করবো সতাবো ভূমি, জল এবং অন্তরিক্ষরে মার্গরেও নর্মাণ করবো ।

[যজুর্বদে ভাবার্থ ১৫.৫৩]

৪. সুখ প্রাপ্তিরি ইচ্ছা পোষণকারী পুরুষ এবং স্ত্রীদরে ধর্মরে সাথে আচরতি ব্রহ্মচর্যরে দ্বারা পূর্ণ বদ্বিষা প্রাপ্ত করে যুবাবস্থা আসার পর নজিরে সদৃশতার অনুসারেই ববিহ করা উচতি অথবা ব্রহ্মচর্য অবস্থাতই অবস্থান করে নতি্য স্ত্রী-পুরুষদরে উত্তম শিক্ষা দেওয়া উচতি । সমান গুণ-কর্ম-স্বভাব ছাড়া গৃহাশ্রমকে ধারণ করে কটে কোনসুখ অথবা উত্তম সন্তান প্রাপ্ত করতো পারনো, এজন্য এই উপায়ো ববিহ করা উচতি ।

[ঋগ্বেদে ভাবার্থ ১.১১২.১৯]

৫. যখন স্ত্রী এবং পুরুষ ববিহ করতো চায়, তখন সে ব্রহ্মচর্যপূর্বক বদ্বিষা-গ্রহণরে দ্বারা স্ত্রী এবং পুরুষরে ধার্মিক আচরণাদিজ্ঞাত হয়েই ববিহ করবো ।

[যজুর্বদে ভাবার্থ ৩৮.২]

৬. সকল মাতা-পিতা, অধ্যাপকিগণ এবং বদ্বিষীদরে , কন্যাদরেকে এতাবো সম্বোধতি করতো হবো – হো কন্যাগণ ! তোমরা সকলে যদি পূর্ণ অখণ্ড ব্রহ্মচর্যরে থেকে সম্পূর্ণ এবং উত্তম শিক্ষা প্রাপ্ত করে এবং যুবতী হয়ে নজিরে সমান বররে সাথে স্বয়ম্বর ববিহ করে গৃহাশ্রম করো তাহলে সকল সুখ লাভ করবো এবং উত্তম সন্তানোৎপাদন হবো ।

[যজুর্বদে ভাবার্থ ১২.৫৩]

৭. মনুষ্যদরে উত্তম নয়িমপূর্বক বদেরে অর্থকে বিশেষ রূপে জ্ঞাত হয়ে, পূর্ণ যুবাবস্থায় স্বয়ম্বর ববিহ করে, ধর্মরে দ্বারা সন্তান উৎপন্ন করে, তাদরে সম্যকৃত্ত পালন করে এবং যথারীতি ব্রহ্মচর্যপূর্বক তাদরে সুশিক্ষিত করকো তথা বদ্বিবান তরৈকিরে সুখরে বৃদ্ধি করা উচতি ।

[ঋগ্বেদে ভাবার্থ ২.২৪.১৬]

৮. যতাবো ২টি উত্তম অশ্ব রথরে মাধ্যমে সুখপূর্বক রথরে স্বামীকে অন্য স্থানে পটোছায় দেয়, সতাবোই নজিদরে ভতের প্রমেয়ুক্ত এবং যোগ্য বদ্বিবান স্ত্রী-পুরুষ গৃহাশ্রমকে সুশোভিত করতো পারে ।

[ঋগ্বেদে ভাবার্থ ৩.৫৩.৪]

৯. যাই কুলে ব্রহ্মচর্য পালনকৃত স্ত্রী-পুরুষ রয়ছে, ঐ কুলকে ভাগ্যবান্ মনো করা উচতি ।

[ঋগ্বেদে ভাবার্থ ৫.৫৬.৯]

১০. যাই বদ্বিযাবান পুরুষের সাথে বদ্বিষী স্ত্রীর ববাহ হয়, তারা সদা সমৃদ্ধ হয় ।
যনি উত্তম গুণগুলিকে গ্রহণ করে, তিনি এই জন্মে পুরুষার্থী হয়ে পরজন্মেও সুখী
হয় ।

[ঋগ্বেদে ভাবার্থ ১.১৪০.৭]

১১. যভোবে বদ্বিষী ব্রহ্মচারিণী পূর্ণ বদ্বিযা তথা শক্তি আৰ নজিরে তুল্য এবং
হৃদয় প্রিয় পতকি পেয়ে সুখী হয়, সভোবে অন্য ব্রহ্মচারিণীদেরও প্রয়াস করা
উচতি ।

[ঋগ্বেদে ভাবার্থ ১.১২৩.১০]

১২. কোন মনুষ্যের দ্বারা ব্রহ্মচর্য, উত্তম শক্তি, বদ্বিযা, শরীর তথা আত্মার
বল, স্বাস্থ্য, পুরুষার্থ, ঐশ্বর্য, সজ্জনদের সঙ্গতি, আলস্যত্যাগ, যমনিমাদি
আচরণ এবং উত্তম সহায়ক ছাড়া গৃহাশ্রম ধারণ করা সম্ভব নয় এবং গৃহাশ্রম
ব্যতিরেকে ধর্ম-অর্থ-কাম-মোক্শের সিদ্ধি হয়না । এজন্য সবার এই গৃহাশ্রমের
প্রচেষ্টাপূর্বক আচরণ করা উচতি ।

[যজুর্বেদে ভাবার্থ ৮.৩১]

ব্রহ্মচর্য্য বিষয়ে শ্রীমদ্ভগবদগীতায় ভগবান শ্রীকৃষ্ণ বলেছেন,
বলং বলবতামস্মি কামরাগবিরজিতম্।

ধর্মান্বিদ্ধো ভূতষু কামোহস্মি ভরতর্ষভ॥৭/১১

আমি বলবানদেরি কামরাগরহিত সাত্ত্বিক বল অর্থাৎ যোগ বল। ইহাই কামনারূপ
কাম ও আসক্তিরূপ রাগশূন্য বল। প্রাণীগণের ধর্মের অবরোধী(ধর্মযুক্ত) অর্থাৎ
শাস্ত্রানুমত গার্হস্থ্যধর্মের অনুকূল দহে-ধারণাদি বা সন্তানাদিতে অভিলিষজনিত
কামরূপে অবস্থান করি।

শাস্ত্র এবং লোকমর্যাদা অনুসারে শুভ-ভাব দ্বারা শুধুমাত্র সন্তান-উৎপাদনের
জন্য যে কাম, তা মানুষের অধীন। কিন্তু আসক্তি, কামনা এবং সুখভোগের জন্য যে
কামনা অনুভূত হয়, তাহতে মানুষ পরাধীন হয় এবং কামের বশীভূত হয়ে সে অসমীচীন
শাস্ত্রবিরুদ্ধ কাজে প্রবৃত্ত হয়। কৃত্রিমভাবে সন্তান-রোধ করে কেবলমাত্র
ভোগের জন্য কামে প্রবৃত্ত হওয়া নরকের পথ। যনি সন্তান উৎপাদনে সক্ষম তাকে
পুরুষ বলা হয়, এবং যনি গর্ভধারণে উপযুক্ত তাকে স্ত্রী বলা হয়। হয়তো সন্তান
উৎপাদনের জন্য কাম প্রয়োগ করবে নয়তো ব্রহ্মচর্য পালন করবে।

শ্রীশ্রী রামকৃষ্ণ বলেছেন, ঈশ্বরকে পতে গেলে বীর্যধারণ করতে হয়। যার কখনও
বীর্যক্সয় হয়নি, এমন কিস্বপ্নেও শূকরক্সয় হয়নি, তিনি উর্দ্ধরতো। বীর্যধারণ
না করলে এসব উপদেশে ধারণা হয়না।

একজন চৈতন্যদেবকে বলেছিলেন, ‘এদের এত উপদেশে দেন, তমেনি উন্নত করিতে
পাচ্ছে না কেন? উত্তরে তিনি বললেন, ‘এরা যোনিসিঙ করে সব অপব্যয় করে, তাই
ধারণা করতে পারে না’। ফুটো কলসীতে জল রাখলে জল ক্রমে ক্রমে বেরিয়ে যায়।
এখন সাবধান হও।

শাস্ত্রে বলা হয়, ‘বীর্যধারণম্ ব্রহ্মচর্য্যম্’ অর্থাৎ বীর্যধারণই ব্রহ্মচর্য্য।
মানব শরীর সপ্তধাতুতে গঠিত। যথা রস, রক্ত, মাংস, মদে, অস্থি, মজ্জা ও শূকর।
এই সপ্ত ধাতুর মধ্যে শূকর বা বীর্য্যই প্রধান বা সকল ধাতুর সার।

রোগজীর্ণ অলপায়ু জীবন চাই না, পশুরমত সার্থপর অজ্ঞান তামসাক্ষন্ নকিষ্ট
জীবন চাইনা, দবেজীবন চাই, মহৎ কাজে উৎসর্গীকৃৎ জীবন চাই, জ্ঞানোজ্জল জীবন
চাই, যে জীবন উপভোগ করিতে গিয়ে মনে হইবে জন্মগ্রহণ সার্থক হইয়াছে।